

Enten-Brust-Spieß-Spice mit Mangold, Süßkartoffel-Stampf

Für 4 Personen

5 g frischer Ingwer	1 rote Chilischote	1 Limette
1 Bund frischer Koriander	10 EL Olivenöl	Meersalz
4 Entenbrüste à ca. 150 g	1 Stange Zitronengras	4 EL Sojasauce
2 EL Honig	1 TL Sesamöl	3 Knoblauchzehen
3- 4 Süßkartoffeln	1 Bund Mangold	2 Schalotten
Pfeffer	1 EL Sesam	1 Prise Paprikapulver

Ingwer schälen und fein schneiden. Chili halbieren der Länge nach aufschneiden, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein hacken. Von der Limette den Saft auspressen. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Korianderstiele mit etwas Limettensaft, 2 EL Olivenöl, 1/3 der gehackten Chili, Ingwer und etwas Meersalz mischen. Die Haut der Entenbrüste entfernen, dann die Brüste der Länge nach halbieren. Die Fleischstücke in der Würzmarinade wenden und ca. 20 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit vom Zitronengras die äußeren harten Hüllblätter entfernen, dann das Gras fein schneiden. Sojasauce, Honig, Sesamöl, Zitronengras und 1/3 gehackte Chili zu einer Würzsauce vermengen. Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Süßkartoffeln waschen, der Länge nach halbieren, auf ein Backblech oder eine flache Auflaufform geben, salzen, mit 2-3 EL Olivenöl beträufeln und der Hälfte vom gehackten Knoblauch bestreuen. So die Süßkartoffeln im Ofen ca. 30 Minuten weich garen. Mangold waschen, die Blätter von den Stielen trennen. Die Stiele in Rauten schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. Schalotten in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anschwitzen, restlichen Knoblauch zugeben, dann die Mangolddrauten zugeben und 2-3 Minuten anschwitzen, anschließend die grob geschnittenen Blätter dazugeben, mit Salz, Pfeffer und 1 Spritzer Limettensaft würzen. Die marinierten Entenbrüste wellenförmig auf Schaschlikspieße aufstecken und in einer Pfanne von allen Seiten anbraten. Dann die Pfanne vom Herd ziehen, die Spieße kurz ruhen lassen und anschließend mit der Würzsauce glasieren. Zum Schluss die Korianderblätter und die Sesamsamen dazugeben. Die gegarte Süßkartoffel aus der Schale kratzen und mit Salz, ca. 3 EL Olivenöl, restlicher gehackter Chili, etwas Limettensaft und Paprikapulver abschmecken. Beim Anrichten Süßkartoffelstampf und Mangold schichten. Die Spieße darauf legen und mit der restlichen Marinade aus der Pfanne beträufeln. Evtl. einige Mangoldblätter darauf geben und servieren.

Tarik Rose am 27. November 2015